

Verksamhetsberättelse.

Föreningens verksamhet under året 2019.

Under året har föreningen haft 9 stycken styrelse och medlemsmöten. Tidnings Redaktionen har haft två möten.

Hjärt och Lungskolan. En gång i månaden på sjukhuset NAL, där träffas de som är färdigbehandlade tillsammans med läkare, sköterskor, dietister och kurator för att diskutera fortsatt rehabilitering.

Hjärt och lungräddning. Våra instruktörer har under året som gått uppdaterat sina kunskaper i HLR med kurser som även omfattat kunnande och handhavande av hjärtstartare. Många av våra medlemmar är utbildade i HLR. Vissa företag och föreningar som står utanför vår förening har under året utbildats av våra instruktörer.

Motionsverksamhet. Varje vecka med fyra olika gymnastikprogram, både lättare och mer krävande samt en speciell sittande lunggymnastik.

Vattengymnastik. Två pass varje vecka, vardera på en timme under vår och hösttermin.

Kostcirklar. Två cirklar varje vecka under vår och hösttermin därutöver hyr PRO köket där de har en matkurs i veckan.

Övriga aktiviteter. Körsång, smarta telefoner, vardags juridik, stavgång, minnesträning, läsecirkel, bowling, boule, linedans, qigong, canasta, och sömnadskurs.

Föreläsningar. På temadagar som Alla hjärtans dag, Koldagen, föredrag av doktor Fredrick Herdinius som talade om hjärt och lungsjukdomar, mediciner som lindrar, även biverkningar. Mycket informativa föredrag inför en stor publik.

Resor. En resa till Ryttnästorbostället som ligger strax utanför Skövde med sina unika samlingar ur Sveriges historia.. En båtresa den 8 aug till södra skärgården i Göteborg. Sista resan för året gick till bingo, för många en ny upplevelse, alla tyckte det var en trevlig kväll.

En gemensamhetsdag på Bergagården Hunneberg där 100 medlemmar deltog

Vi firade våffeldagen den 24 mars, många kom, träffade gamla vänner och pratade om tider som flytt.

Övrigt Föreningen bjöd in alla som fyllt 90 år och äldre på sopplunch i föreningslokalen, föreningen har 52 medlemmar som är 90 och äldre, 23 av dessa kunde komma till lunchen.

Under året fortsatt samarbete med NÄL vad som gäller hjärtskola och eftervård av hjärt och lungsjuka.